



Public Health
England

CARE

COVID-19 aşısı

**Sosyal bakım
çalışanları için koruma**

Withdrawn September 2021

COVID-19 aşısı tüm ön saf sağlık ve sosyal bakım çalışanlarına sunulmaktadır. Bu, COVID-19 hastalığına karşı korunmanıza yardımcı olacaktır



COVID-19 immunisation

Kendinizi koruyun.

İçindekiler

COVID-19 aşınızı olmanız neden önemlidir

Aşı beni koruyacak mı?

Aşı baktığım insanları koruyacak mı?

Aşının yan etkileri olacak mı?

Aşığı kimler olamaz?

Hamile misiniz ya da hamile olabileceğinizi düşünüyorsunuz?

Aşı olduktan sonra işe geri dönebilir miyim?

Bana aşının kendisinden COVID-19 bulaşabilir mi?

Bundan sonra ne yapmalıyım?

Bir sonraki randevumun zamanı geldiğinde kendimi iyi hissetmiyorsam ne yapmalıyım?

Aşığı olduktan sonra enfeksiyonun kontrolüyle ilgili talimatların hepsine uymaya devam etmem gerekecek mi?

Grip aşısı aldım, COVID-19 aşısını da olmalı mıyım?

COVID-19 aşınızı mümkün olan en kısa zamanda olmanız sizi korumalıdır ve ailenizi ve baktığınız insanları korumaya da yardımcı olabilir.

COVID-19 aşısı ciddi hastalık oranlarını düşürmeye ve hayat kurtarmaya yardımcı olmalıdır ve böylelikle NHS ve sosyal bakım hizmetleri üzerindeki baskıyı azaltacaktır.

COVID-19 aşınızı olmanız neden önemlidir

Ön safta çalışan bir sosyal bakım çalışanıysanız, iş yerinde COVID-19'a maruz kalma olasılığınız daha yüksektir. Sağlık çalışanları ve sosyal bakım çalışanlarının (özellikle bakım evlerinde çalışanlar), enfeksiyona tekrar maruz kalma riskleri çok daha yüksektir.

COVID-19'a yakalanmak ciddi olabilir ve uzun süreli komplikasyonlara yol açabilir. Bunlar, ileri yaştaki personelde ve alitta yatan klinik risk faktörleri olanlarda daha yaygındır.

Herhangi bir belirti olmaksızın COVID-19 ile enfekte olabilir ve bunu, çoğu koronavirüsten dolayı yüksek risk altında olabileceğiniz ailenize, arkadaşlarınıza ve yakınlarına bulaştırabilirsiniz.

Sağlıklı olmanız, COVID-19'a yakalanıp onu bulaştırma riskinizi düşürmez.

Yüksek COVID-19 oranlarından ötürü, NHS üzerindeki baskıyı azaltmak ve sağlık ve sosyal bakım çalışanlarının sağlıklı olmasını sağlamak amacıyla koronavirüsün yayılmasını önlemeye yardımcı olmak her zamankinden çok daha önemlidir.

Aşı beni koruyacak mı?

COVID-19 aşısı, COVID-19 hastalığından muzdarip olma riskinizi azaltacaktır. Tüm ilaçlar için geçerli olduğu gibi hiçbir aşı tam olarak etkili değildir ve vücudunuzun aşının ilk dozundan koruma oluşturması bir veya iki hafta sürebilir. Bazı insanlar aşı olmalarına rağmen COVID-19'a yakalanabilir ancak bu muhtemelen hastalığın daha düşük şiddetli seyretmesini sağlayacaktır.

Aşının etkili olduğu kanıtlanmıştır ve 20.000'den fazla insan üzerinde yapılan çalışmalarda herhangi bir güvenlik endişesine rastlanmamıştır.



Aşı baktığım insanları koruyacak mı?

COVID-19 aşısının virüsü diğer insanlara bulaştırma riskini azaltıp azaltmadığı yönündeki kanıt pek net değildir. Aşıların çoğu genel enfeksiyon riskini azaltır ancak aşılanmış bazı insanların hafif ya da asemptomatik enfeksiyona yakalanması ve böylelikle virüsü bulaştırabilmesi mümkündür. Aşılanmış bir kişideki herhangi bir enfeksiyonun daha düşük şiddette olacağı ve virüsün bulaşma süresinin azalacağı kuvvetle muhtemeldir. Bu sebeple aşılanmış sağlık ve bakım personelinin enfeksiyonu arkadaşlarına, ailelerine ve bakımlarından sorumlu oldukları savunmasız kişilere bulaştırma olasılıklarının daha düşük olacağını bekliyoruz.

Aşının yan etkileri olacak mı?

Tüm ilaçlar için geçerli olduğu gibi aşılar da yan etkilere sebep olabilir. Bunların çoğu hafiftir ve kısa sürer ve herkeste görülmez. İlk dozdan sonra belirtileriniz olsa dahi ikinci doz aşığı da olmanız gerekecektir. İlk doz size bir miktar koruma sağlasa da ikinci dozu da olmanız size virüse karşı en iyi korumayı sağlayacaktır.

En yaygın görülen yan etkilere aşağıdakiler dahildir:

- aşığı olduğunuz kolunuzda ağrı, ağırlık ve sertlik hissi duyma. Bunun en kötü hissedildiği zaman genellikle aşından 1-2 gün sonrasındır
- kendinizi yorgun hissetme
- baş ağrısı
- genel ağrılar ya da hafif gribe benzer belirtiler

İki-üç gün boyunca ateşli hissetmek olağandışı bir durum olmaya da yüksek ateş görülmesi olağandışıdır ve COVID-19 ya da başka bir enfeksiyona sahip olduğunuzun işareti olabilir (6. sayfadaki tavsiyeye bakınız).

Aşılar ve ilaçlar hakkında şüphelenilen yan etkileri Sarı Kart programı (Yellow Card scheme) aracılığıyla da rapor edebilirsiniz. Bunu, internet üzerinden Coronavirus Yellow Card sözcüğünü arayarak ya da Yellow Card uygulamasını indirerek yapabilirsiniz.

Normal dozda parasetamol alabilir (paketin üzerindeki talimatlara uyun) ve kendinizi iyi hissetmenize yardımcı olması için dinlenebilirsiniz.

Normal dozu aşmayın. Bu belirtiler normalde bir haftadan daha az sürer. Belirtileriniz kötüleşirse ya da endişeliyseniz, NHS 111'i arayın. Bir doktor ya da hemşirenin tavsiyesine başvurursanız, sizi uygun bir şekilde değerlendirebilmeleri için onları aşınız konusunda bilgilendirdiğinizden emin olun (onlara aşı kartınızı gösterin).

Aşığı kimler olamaz?

Aşılar canlı organizmalar içermediğinden bağışıklık sistemi bozukluklarına sahip insanlar için güvenlidirler. Bu insanlar aşılarla çok iyi bir şekilde yanıt vermeyebilir. COVID-19 riski altında olan çok az sayıda insan aşığı olamaz - buna, şiddetli alerjileri olan insanlar da dahildir.

Hamile misiniz ya da hamile olabileceğinizi mi düşünüyorsunuz?

Tüm yeni doğanlar gibi aşı da henüz hamile kadınlarda test edilmiş değildir. Bu durumda, düşük riskli kadınların çoğunun aşı olmadan önce hamileliklerini tamamlamalarını tavsiye ediyoruz. COVID-19 riskinizi azaltmak için diğer yollar konusunda lütfen işvereninizle görüşün. Hamilelikleri sırasında COVID-19'a

yakalanan kadınların çoğu, hamile olmayan kadınlara göre daha kötü bir sonuçla karşılaşmazlar ve sağlıklı bir bebek doğururlar. Aşı hakkında daha fazla güvenlik verisi mevcut oldukça bu tavsiye değişebilir. Hamileyseniz ancak yüksek risk altında olduğunuzu düşünüyorsanız, şimdi aşı olma hakkında doktorunuza ya da hemşirenizle görüşebilirsiniz.

Aşığı olduktan sonra hamile olduğunuzu öğrenirseniz, endişelenmeyin. Aşılar, vücutta çoğalan organizmalar içermediğinden doğmamış bebeğinize COVID-19 enfeksiyonu bulaştıramazlar. Diğer aşılarla yaptığımız gibi PHE (İngiltere Halk Sağlığı Kurumu) hamilelikleri sırasında aşılanmış olan kadınları takip etmek için bir izleme sistemi geliştirmektedir. Zaman ilerledikçe bunun kadınlar için erkenden güvence sağlamasını umuyoruz.

Çocuk doğurma yaşındaki, hamile olan ya da emziren kadınlar, lütfen aşağıdaki adreste mevcut olan ayrıntılı bilgileri okuyunuz: www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-women-of-childbearing-age-currently-pregnant-planning-a-pregnancy-or-breastfeeding.

Aşı olduktan sonra işe geri dönebilir miyim?

Evet, kendinizi iyi hissettiğiniz müddetçe işinize geri dönebilmelisiniz. Kolunuz çok ağrıyorsa, ağır kaldırmak zor olabilir. Kendinizi iyi hissetmiyorsanız ya da yorgun hissediyorsanız, dinlenmeli ve iş makineleri kullanmaktan ya da araba sürmekten kaçınmalısınız.

Bana aşının kendisinden COVID-19 bulaşabilir mi?

Size aşının kendisinden COVID-19 bulaşmaz ancak COVID-19'a yakalanmış olup belirtilerinizin olduğunun farkına aşı randevunuzdan sonra varmanız mümkündür. Lütfen işvereninizin düzenlediği düzenli tarama testlerini yaptırmaya devam edin. COVID-19'un herhangi bir belirtisine sahipseniz evde kalın ve bir test yaptırın. Belirtiler hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa, şu adresi ziyaret edin: www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms/

Bundan sonra ne yapmalıyım?

İkinci randevunuza katılmak için plan yapın. 3 ila 12 hafta sonrasında bir randevu için bir sonraki randevunuzun yazılı

Kartınızı güvenli bir şekilde muhafaza edin ve ikinci aşı dozunuzu almak için bir sonraki randevunuza gittiğinizden emin olun.

Don't forget your
COVID-19 vaccination

NHS

Make sure you keep this record card in your purse or wallet

For more information on the COVID-19 vaccination or what to do after your vaccination, see www.nhs.uk/covidvaccine

COVID-19 immunisation
Protect yourself.

olduğu bir aşı kayıt kartınız olacaktır. En iyi korumaya sahip olmanız için aynı aşının her iki dozunu da almanız önemlidir.

Bir sonraki randevumun zamanı geldiğinde kendimi iyi hissetmiyorsa ne yapmalıyım?

Kendinizi iyi hissetmiyorsanız, aşınızı almak için iyileşmeyi beklemeniz daha iyidir ancak aşığı mümkün olan en kısa zamanda olmaya çalışmalısınız.

Kendinizi izole ediyorsanız, bir COVID-19 testinin sonucunu bekliyorsanız ya da zinde ve sağlığınızın yerinde olduğundan emin değilseniz, aşı randevusuna gitmemelisiniz.

Aşıyı olduktan sonra enfeksiyonun kontrolüyle ilgili talimatların hepsine uymaya devam etmem gerekecek mi?

Aşı size COVID-19 enfeksiyonu bulaştıramaz ve iki doz aşı ciddi şekilde hasta olma riskinizi düşürecektir. Hiçbir aşı tam olarak etkili değildir ve vücudunuzun koruma oluşturması birkaç hafta sürebilir.

Uygun kişisel koruma ekipmanını giymek ve herhangi bir tarama programına katılmak dahil işyerinizde geçerli olan kılavuza uymaya devam etmeniz gerekecektir.

Kendinizi, yakınlarınızı, ailenizi, arkadaşlarınızı ve meslektaşlarınızı korumaya devam etmek için iş yerinde, evde ve dışarıdayken genel talimatlara uymalısınız:

- sosyal mesafe kurallarına uyun
- yüz maskesi kullanın
- ellerinizi dikkatli bir şekilde ve sık sık yıkayın
- mevcut yönergeyi takip edin
www.gov.uk/coronavirus

Muhtemel yan etkiler dahil aşınız hakkında daha fazla bilgi için, Coronavirus Yellow Card sözcüğünü aramak suretiyle lütfen ürün bilgi broşürünü okuyun.

Şüphelenilen yan etkileri de aynı web sitesi üzerinden ya da Yellow Card uygulamasını indirerek de rapor edebilirsiniz.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

Unutmayın

COVID-19, özellikle konuşurken ya da öksürürken burun ya da ağızdan çıkan damlacıklar aracılığıyla yayılmaktadır. Ayrıca, kontamine olmuş eşyalar ve yüzeylerle temas ettikten sonra gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunmak suretiyle de bulaşabilir.



Bir Aile Hekimine kayıt yaptırmak istiyorsanız

Aile Hekimi sağlık ocakları kayıt yaptırmak isteyenlerden kimlik ya da göçmenlik statünüzü kanıtlamak zorunlu belge istemez. Bir Aile Hekimine nasıl kaydolabileceğiniz hakkında bilgileri şu adreste bulabilirsiniz: www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice

Grip aşısı oldum, COVID-19 aşısını da olmam gerekiyor mu?

Grip aşısı sizi COVID-19'dan korumaz. Her iki aşı için de uygun şartlara sahip olduğunuzdan, en az birer hafta arayla olmak üzere her iki aşığı da olmalısınız.

Aşı, en savunmasız kişileri korumaya yardımcı olur.

COVID-19 aşısı hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa lütfen şu adresi ziyaret edin:

www.nhs.uk/covidvaccination

© Crown telif hakkı 2020
COV2020341V2TR 2M 1p (APS) 2020
İngiltere Halk Sağlığı Kurumu geçit numarası: 2020427

Şu adresten bu broşürlerden daha fazla sipariş edebilirsiniz:
www.healthpublications.gov.uk